

VIGYANA BHAIRAVA TANTRA  
OSHO

BAB 7. TEKHNİK-TEKHNİK YANG MEMBUATMU SANTAI DAN RINGAN  
CHAPTER 7. TECHNIQUES TO PUT YOU AT EASE

7 October 1972 pm in Woodlands, Bombay

10. KETIKA BERADA DALAM BELAIAN, PUTRI YANG MANIS, MASUKILAH SANG PEMBELAI SEBAGAI KEHIDUPAN YANG ABADI
11. HENTIKAN PINTU-PINTU INDERA KETIKA MERASAKAN SEEKOR SEMUT MENGGERAYANGI. LALU.
12. KETIKA DI ATAS TEMPAT TIDUR ATAU DI ATAS TEMPAT DUDUK, BIARKAN DIRIMU MENJADI TANPA BERAT (MENJADI RINGAN), MELAMPAUI PIKIRAN.

- 
10. WHILE BEING CARESSED, SWEET PRINCESS, ENTER THE CARESS AS EVERLASTING LIFE.
  11. STOP THE DOORS OF THE SENSES WHEN FEELING THE CREEPING OF AN ANT. THEN.
  12. WHEN ON A BED OR A SEAT, LET YOURSELF BECOME WEIGHTLESS, BEYOND MIND.

Manusia memiliki pusat, tetapi dia tinggal di luar pusat itu - di luar pusat batinnya sendiri. Hal itu menciptakan ketegangan batin, kekacauan yang terus menerus, penderitaan. Engkau saat ini tidak berada di tempat di mana seharusnya engkau berada; engkau tidak berada di dalam keseimbanganmu yang terbaik. Engkau tidak seimbang, dan kehilangan keseimbangan ini, berada di luar pusatmu, adalah dasar dari semua ketegangan mental. Jika itu terlalu berlebih, engkau akan menjadi seperti orang gila. Seseorang yang gila adalah orang yang telah keluar dari diri sejatinya sepenuhnya. Orang yang tercerahkan hanya kebalikan dari orang gila itu. Dia berpusat di diri sejatinya.

Engkau berada di antaranya. Engkau tidak benar-benar keluar dari dirimu, dan engkau juga tidak benar-benar berada di pusatmu. Engkau hanya bergerak dalam kesenjangan di antara keduanya. Kadang-kadang engkau bergerak sangat, sangat jauh, sehingga engkau memiliki saat-saat ketika engkau menjadi gila sementara. Dalam kemarahan, dalam seks, dalam apa pun dimana engkau telah bergerak terlalu jauh dari dirimu, engkau menjadi seperti orang gila. Maka tidak ada perbedaan antara dirimu dan orang gila. Perbedaannya hanya bahwa orang gila secara permanen berada di sana dan engkau hanya sementara saja di sana. Engkau akan kembali lagi.

Ketika engkau berada dalam kemarahan itu adalah suatu bentuk kegilaan, tetapi tidak permanen. Secara kualitatif tidak ada perbedaan; secara kuantitatif ada perbedaan. Kualitasnya sama, jadi kadang-kadang engkau menyentuh kegilaan dan kadang-kadang, ketika dirimu santai, benar-benar tenang, engkau menyentuh pusatmu juga. Itu adalah saat-saat yang bahagia. Ketika itu terjadi, maka engkau menjadi seperti Buddha atau

seperti Krishna, tapi hanya sementara, sesaat. Engkau tidak akan tinggal di sana. Yang terjadi adalah, di saat engkau menyadari bahwa engkau adalah kebahagiaan lalu engkau bergerak dari hal itu. Hal ini adalah saat di mana engkau menyadari kebahagiaan itu telah berakhir.

Kita bergerak di antara kedua hal ini, tapi pergerakan ini berbahaya. Pergerakan ini berbahaya karena kemudian engkau tidak dapat membuat citra diri, citra diri yang tetap. Engkau tidak tahu siapa dirimu. Jika engkau terus-menerus bergerak dari kegilaan dan kembali menjadi berpusat pada diri sejati, jika gerakan ini adalah konstan, engkau tidak dapat memiliki citra yang solid dari dirimu sendiri. Engkau akan memiliki citra diri yang cair. Kemudian engkau menjadi tidak tahu siapa dirimu. Ini sangat sulit. Itulah mengapa engkau bahkan menjadi takut untuk mengharapkan saat-saat bahagia, sehingga engkau mencoba untuk menempatkan dirimu sendiri hanya di suatu tempat di antaranya.

Ini adalah apa yang kita maksud dengan manusia normal: ia tidak pernah menyentuh kegilaan dalam kemarahannya dan ia tidak pernah menyentuh kebebasan total itu, maupun, ekstase (kebahagiaan tertinggi) itu. Dia tidak pernah bergerak dari wujud yang solid, padat. Orang yang normal adalah orang yang benar-benar sudah mati, hidup di antara dua titik ini. Itulah sebabnya semua orang yang luar biasa - seniman besar, pelukis, penyair - mereka tidak normal. Mereka sangat cair. Kadang-kadang mereka menyentuh pusat, kadang-kadang mereka menjadi gila. Mereka bergerak cepat di antara keduanya. Tentu saja, penderitaan mereka besar, ketegangan mereka jauh berat. Mereka harus hidup di antara dua dunia, terus berubah dengan sendirinya. Itulah mengapa mereka merasa bahwa mereka tidak memiliki identitas. Mereka merasa, dalam kata-kata Colin Wilson, bahwa mereka adalah orang luar. Dalam duniamu yang normal, mereka adalah orang luar (outsiders).

Ini akan sangat membantu untuk mendefinisikan empat jenis. Pertama adalah pria normal yang memiliki ketetapan, identitas yang solid, semua tahu siapa mereka - dokter, insinyur, profesor, orang suci - yang mengetahui siapa dirinya dan tidak pernah bergerak dari sana. Dia terus-menerus menempel pada identitas, pada gambaran itu.

Kedua adalah mereka yang memiliki gambaran cair - penyair, seniman, pelukis, penyanyi. Mereka tidak tahu siapa mereka. Kadang-kadang mereka menjadi normal, kadang-kadang mereka menjadi gila, kadang-kadang mereka dapat menyentuh titik ekstasi seperti yang telah disentuh oleh Buddha.

Ketiga adalah mereka yang telah menjadi gila secara permanen. Mereka telah benar-benar keluar menjauh dari diri mereka sendiri; mereka tidak pernah kembali ke rumah mereka. Mereka bahkan tidak ingat bahwa mereka memiliki rumah.

Dan keempat adalah mereka yang telah mencapai rumah mereka ... Buddha, Kristus, Krishna.

Kategori keempat - mereka yang telah mencapai rumah mereka - adalah mereka yang benar-benar santai. Dalam kesadaran mereka tidak ada ketegangan, tidak ada usaha, tidak ada keinginan. Dalam satu kata, tidak ada keperluan untuk menjadi (becoming). Mereka tidak ingin menjadi apa-apa. Mereka adalah, mereka telah. Tidak menjadi! Dan mereka nyaman dengan keberadaan mereka. Apapun mereka, mereka nyaman dengan itu. Mereka tidak ingin mengubahnya, tidak ingin pergi ke mana pun. Mereka tidak punya masa depan. Saat ini adalah keabadian bagi mereka ... tidak ada kerinduan, tidak ada keinginan. Itu tidak berarti bahwa seorang Buddha tidak akan makan atau buddha tidak akan tidur. Dia akan makan, dia akan tidur, tetapi ini bukan keinginan. Seorang buddha

tidak akan memproyeksikan keinginan tersebut: dia tidak akan makan besok, dia akan makan hari ini.

Ingat ini. Engkau selalu makan di hari esok, engkau selalu makan di masa depan; engkau makan di masa lalu, kemarin. Sangat jarang terjadi bahwa engkau makan di hari ini. Saat engkau sedang makan hari ini, pikiranmu akan bergerak di tempat lain. Ketika engkau akan mencoba untuk pergi tidur, engkau akan mulai makan di esok hari, atau memori masa lalu yang akan muncul.

Seorang buddha akan makan pada hari ini. Dia hidup pada saat ini. Dia tidak memproyeksikan hidupnya ke depan; tidak ada masa depan baginya. Setiap kali masa depan datang, ia datang sebagai saat ini. Itu selalu hari ini, itu selalu sekarang. Jadi seorang Buddha makan, tapi dia tidak pernah makan di pikiran - ingat ini. Tidak ada otak yang makan. Sementara engkau makan di pikiranmu. Hal ini tidak masuk akal karena pikiran tidak dimaksudkan untuk makan. Semua pusat tubuhmu menjadi bingung; Seluruh pengaturan tubuh-pikiranmu tercampur, dan itu adalah kegilaan.

Seorang Buddha makan, tetapi dia tidak pernah berpikir tentang makan. Dan itu berlaku untuk semuanya. Jadi Buddha adalah sebagai orang biasa sebagaimana dirimu ketika ia makan. Jangan berpikir bahwa seorang Buddha tidak akan makan, atau ketika matahari panas di sana ia tidak akan berkeringat, atau ketika angin dingin datang dia tidak akan merasa dingin. Dia akan merasakannya, tapi dia akan selalu berada di masa sekarang, tidak pernah di masa depan. Tidak ada keinginan menjadi. Jika tidak ada menjadi maka tidak ada ketegangan. Coba pahami ini dengan sangat jelas. Jika tidak ada keinginan untuk menjadi, bagaimana bisa ada ketegangan? Ketegangan berarti engkau ingin menjadi sesuatu yang lain yang bukan dirimu.

Engkau A dan engkau ingin menjadi B; engkau miskin dan engkau ingin menjadi orang kaya; engkau jelek dan engkau ingin menjadi cantik; atau engkau bodoh dan engkau ingin menjadi orang bijak. Apapun keinginan itu, apapun keinginan, bentuknya selalu ini: A ingin menjadi B. Apapun engkau, engkau tidak puas dengan hal itu. Untuk kepuasan sesuatu yang lain yang dibutuhkan - itu adalah struktur konstan pikiran yang menginginkan. Ketika engkau mendapatkannya, pikiran akan mengatakan lagi bahwa "Ini tidak cukup, sesuatu yang lain yang dibutuhkan."

Pikiran selalu bergerak terus. Apapun yang engkau dapatkan menjadi sia-sia. Saat engkau mendapatkannya, itu menjadi tidak berguna. Ini adalah keinginan. Buddha telah menyebutnya Trishna: ini adalah menjadi.

Engkau berpindah dari satu kehidupan ke kehidupan lain, dari satu dunia ke dunia lain, dan ini berlangsung terus. Hal ini tidak akan ada habisnya. Tidak ada akhir untuk itu, tidak ada akhir untuk keinginan, untuk menginginkan. Tapi jika tidak ada keinginan menjadi, jika engkau menerima benar-benar apapun dirimu - jelek atau cantik, bijaksana atau bodoh, kaya atau miskin - apapun dirimu, jika engkau menerimanya dalam totalitasnya, keinginan menjadi itu akan berhenti. Maka tidak ada ketegangan; maka ketegangan tidak dapat eksis. Maka tidak ada penderitaan. engkau menjadi tenang, engkau tidak khawatir. Pikiran tidak-menjadi ini adalah pikiran yang berpusat pada diri sejati.

Pada kutub yang berlawanan adalah orang sudah gila. Dia tidak memiliki keadaan yang tetap, ia hanya ingin menjadi. Dia telah melupakan siapa dirinya sesungguhnya. Si A telah melupakan dirinya sepenuhnya dan ia mencoba untuk menjadi B. Dia tidak lagi tahu siapa dirinya; ia hanya tahu tujuan keinginannya. Dia tidak hidup di sini dan sekarang, dia hidup

di tempat lain. Itulah sebabnya dia terlihat gila bagi kita, gila, karena engkau hidup di dunia ini dan dia tinggal dalam dunia mimpi-mimpinya. Dia bukan bagian dari duniamu, ia hidup di tempat lain. Dia telah benar-benar lupa realitas di sini dan sekarang. Dan dengan dirinya sendiri ia telah melupakan dunia di sekelilingnya, yang nyata. Dia tinggal di sebuah dunia yang tidak nyata - untuk dia, itulah satu-satunya realitas.

Seorang buddha hidup saat ini di dalam diri dan orang yang gila adalah justru sebaliknya. Dia tidak pernah tinggal di sini dan sekarang, dalam diri, tetapi selalu dalam kebutuhan menjadi - suatu tempat di cakrawala. Ini adalah dua kutub yang berlawanan.

Jadi ingat, orang gila tidak bertentangan dengan dirimu, ia menentang buddha. Dan ingat juga, Buddha tidak bertentangan dengan dirimu, ia menentang orang gila. Engkau berada di antaranya. engkau memiliki keduanya, campuran; engkau memiliki kegilaan, namun engkau memiliki saat-saat pencerahan, tetapi keduanya bercampur.

Kadang-kadang kilasan tentang pusat terjadi secara tiba-tiba, ketika engkau rileks. Ada saat-saat ketika engkau santai. Engkau sedang jatuh cinta: untuk beberapa saat, untuk satu moment, kekasihmu, yang tecinta berada bersama denganmu. Ini telah menjadi keinginan yang lama, upaya yang panjang, dan pada akhirnya sang kekasih berada bersama denganmu. Untuk sesaat pikiran berhenti berfungsi. Telah ada upaya panjang untuk dapat bersama dengan sang kekasih. Pikiran telah mendambakan dan mendambakan dan mendambakan, dan pikiran selalu berpikir, berpikir tentang sang kekasih. Sekarang sang kekasih ada di hadapanmu dan tiba-tiba pikiran tidak bisa berpikir. Proses yang lama tidak dapat dilanjutkan. Engkau telah mengharapkan kehadiran sang kekasih; sekarang kekasihmu ada disini, sehingga pikiran hanya akan berhenti.

Pada saat itu ketika sang kekasih ada, tidak ada keinginan. Engkau menjadi santai; tiba-tiba engkau dilemparkan kembali kepada dirimu sendiri. Kecuali kekasih dapat melemparkan dirimu kepada diri sejatimu sendiri itu bukan cinta. Kecuali engkau dapat menjadi dirimu yang sejati di hadapan sang kekasih, itu bukan cinta. Kecuali pikiran benar-benar berhenti berfungsi di hadapan yang terkasih, itu bukan cinta.

Kadang-kadang terjadi bahwa pikiran berhenti dan sesaat dimana tidak ada keinginan. Cinta adalah tanpa keinginan. Cobalah untuk memahami hal ini: engkau mungkin menginginkan cinta, tapi cinta adalah tanpa keinginan. Ketika cinta terjadi tidak ada keinginan; pikiran tenang, santai. Tidak ada lagi keinginan menjadi, atau tempat untuk pergi.

Namun ini hanya terjadi selama beberapa saat, jika itu dapat terjadi. Jika engkau telah benar-benar mencintai seseorang, maka itu akan terjadi selama beberapa saat. Ini adalah sebuah shock. Pikiran tidak dapat bekerja karena seluruh fungsinya telah menjadi tidak berguna, tidak masuk akal. Seseorang yang engkau rindukan kini berada di hadapanmu, dan pikiran tidak bisa memikirkan apa yang harus dilakukan sekarang.

Untuk beberapa saat seluruh mekanisme berhenti. Engkau menjadi santai di dalam dirimu. Engkau telah menyentuh keberadaanmu, pusatmu, dan engkau merasa berada di sumber kesejahteraanmu (well being). Kebahagiaan mengisi dirimu, wewangian mengelilingimu. Tiba-tiba engkau bukan orang yang sama lagi.

Itu sebabnya cinta dapat men-transformasi-kan begitu banyak. Jika engkau sedang jatuh cinta engkau tidak dapat menyembunyikannya. Itu tidak mungkin! Jika engkau sedang jatuh cinta, itu akan terlihat. Matamu, wajahmu, cara berjalanmu, cara dudukmu,

semuanya akan menunjukkan hal itu, karena engkau bukan orang yang sama lagi. Pikiran yang selalu menginginkan kini tidak ada lagi. Engkau menjadi seperti buddha hanya untuk beberapa saat. Hal ini tidak dapat dilanjutkan lebih lama karena hanya berupa shock. Segera pikiran akan mencoba untuk menemukan beberapa cara dan alasan untuk berpikir lagi.

Misalnya, pikiran mungkin mulai berpikir bahwa engkau telah mencapai tujuanmu, engkau telah mencapai cintamu, jadi sekarang apa? Apa yang akan engkau lakukan? Kemudian proyeksi dimulai, argumen dimulai. Engkau mulai berpikir, "Hari ini aku telah mencapai kekasihku, tapi apakah esok hari juga akan menjadi sama juga?" Pikiran telah mulai bekerja. Dan ketika pikiranmu mulai bekerja engkau telah bergerak lagi untuk menjadi.

Kadang-kadang bahkan tanpa cinta, hanya melalui kelelahan, seseorang dapat berhenti menginginkan. Kemudian ia dapat dilemparkan ke dirinya sendiri. Bila engkau tidak jauh dari dirimu sendiri engkau terikat untuk menjadi dirimu sendiri, tidak peduli apa yang mungkin menjadi penyebabnya. Ketika seseorang merasa sangat lelah sekali, ketika seseorang bahkan tidak merasa ingin berpikir atau memiliki keinginan, ketika seseorang merasa sangat frustrasi, tanpa harapan apapun, lalu tiba-tiba ia merasa berada di rumah. Sekarang dia tidak bisa pergi ke mana pun. Semua pintu ditutup; harapan telah menghilang - dan dengan itu keinginan menjadi pun menghilang.

Ini tidak akan lama karena pikiranmu memiliki mekanisme. Ia dapat pergi untuk beberapa saat, tapi tiba-tiba itu akan menjadi hidup lagi karena engkau tidak dapat eksis tanpa harapan, engkau harus menemukan beberapa harapan. Engkau tidak dapat hidup tanpa keinginan. Karena engkau tidak tahu bagaimana untuk dapat eksis tanpa keinginan, engkau akan harus membuat beberapa keinginan.

Dalam setiap situasi di mana hal itu terjadi, tiba-tiba pikiran berhenti berfungsi, engkau berada di pusatmu. Pada hari libur, di hutan atau di pegunungan, atau di pantai: tiba-tiba pikiran rutinmu tidak akan bekerja. Kantor tidak ada, istri tidak ada, atau suami tidak ada. Tiba-tiba ada situasi yang sangat baru, dan pikiran akan membutuhkan beberapa saat untuk berfungsi di dalamnya, untuk disesuaikan dengan itu. Pikiran terasa disesuaikan. Situasi ini sangat baru bagimu untuk bersantai, dan engkau berada di pusatmu.

Dalam saat-saat ini engkau menjadi seorang Buddha, tetapi ini hanya sesaat. Kemudian mereka akan menghantuimu, dan kemudian engkau ingin mereproduksi mereka lagi dan lagi dan mengulangi mereka. Tapi ingat, mereka terjadi secara spontan, sehingga engkau tidak dapat mengulanginya. Dan semakin engkau mencoba untuk mengulangi mereka, semakin tidak mungkin bagi mereka untuk datang kembali kepadamu.

Ini terjadi kepada semua orang. Engkau mencintai seseorang, dan pada pertemuan pertama pikiranmu berhenti untuk beberapa saat. Maka engkau menikah. Mengapa engkau menikah? Untuk mengulang saat-saat indah itu lagi dan lagi. Tapi ketika hal itu terjadi engkau belum menikah, dan mereka tidak dapat terjadi dalam pernikahan karena seluruh situasinya berbeda. Ketika dua orang bertemu untuk pertama kalinya, seluruh situasinya baru. Pikiran mereka tidak bisa berfungsi di dalamnya. Mereka begitu kewalahan oleh itu - begitu penuh dengan pengalaman baru, dengan kehidupan baru, bunga-bunga baru! Kemudian pikiran mulai berfungsi dan mereka berpikir. "Ini adalah saat-saat yang indah! Aku ingin selalu mengulanginya setiap hari, jadi aku harus menikah."

Pikiran akan menghancurkan segalanya. Pernikahan berarti pikiran. Cinta adalah spontan; pernikahan adalah menghitung. Menikah adalah hal matematika. Kemudian engkau menunggu saat-saat itu, tetapi mereka tidak akan pernah datang lagi. Itulah sebabnya setiap pria dan wanita yang sudah menikah mereka frustrasi - karena mereka sedang menunggu untuk hal-hal tertentu yang terjadi di masa lalu. Mengapa mereka tidak terjadi lagi? Mereka tidak bisa terjadi karena engkau telah kehilangan seluruh situasinya. Sekarang engkau tidak baru; sekarang tidak ada lagi spontanitas; sekarang cinta adalah rutinitas. Sekarang semuanya diharapkan dan dituntut. Sekarang cinta telah menjadi kewajiban, bukan kesenangan. Itu menyenangkan di awal; sekarang itu adalah tugas. Dan tugas tidak bisa memberikan kebahagiaan yang sama yang seperti yang dapat diberikan oleh kesenangan. Itu tidak mungkin! Pikiranmu yang telah menciptakan semuanya. Sekarang engkau terus mengharap, dan semakin engkau mengharap maka semakin kurang kemungkinan akan terjadinya hal itu.

Hal ini terjadi di mana-mana, tidak hanya dalam pernikahan. Engkau pergi ke seorang master dan mendapatkan pengalaman baru. Kehadirannya, kata-katanya, cara hidupnya yang baru. Tiba-tiba pikiranmu berhenti berfungsi. Kemudian engkau berpikir, "Ini adalah seseorang untukku, jadi aku harus datang kepadanya setiap hari." Maka engkau menikah dengannya. Hari demi hari engkau menjadi frustrasi karena engkau telah membuat tugas, rutinitas. Sekarang pengalaman-pengalaman yang sama tidak akan datang. Kemudian engkau berpikir orang ini telah menipumu atau entah bagaimana bahwa engkau telah tertipu. Kemudian engkau berpikir, "Pengalaman pertama adalah halusinasi. Mungkin aku telah dihipnotis atau sesuatu. Itu tidak nyata."

Itu nyata. Pikiran rutinmu yang membuatnya tidak nyata. Dan kemudian pikiran mencoba untuk memiliki harapan, tetapi pertama kali saat hal itu terjadi engkau sedang tidak mengharap. Engkau telah datang dengan tanpa harapan, engkau hanya terbuka untuk menerima apapun yang terjadi.

Kini engkau datang setiap hari dengan harapan, dengan pikiran yang tertutup. Itu tidak dapat terjadi. Itu selalu terjadi dalam pikiran yang terbuka; itu selalu terjadi dalam situasi yang baru. Itu tidak berarti bahwa engkau harus mengubah situasimu sehari-hari, itu hanya berarti: jangan biarkan pikiranmu untuk membuat pola. Kemudian istrimu akan baru setiap hari, suamimu akan baru setiap hari. Tapi jangan biarkan pikiran untuk membuat pola akan harapan; jangan biarkan pikiran untuk bergerak di masa depan. Kemudian master-mu akan baru setiap hari, temanmu akan baru setiap hari. Dan segala sesuatu adalah baru di dunia kecuali pikiran. Pikiran adalah satu-satunya hal yang sudah tua. Itu selalu tua.

Matahari yang terbit selalu baru setiap hari. Ia bukan matahari yang tua. Bulan selalu baru; hari, malam, bunga-bunga, pohon-pohon ... semuanya baru kecuali pikiranmu. Pikiranmu selalu tua - ingat, selalu - karena pikiran membutuhkan masa lalu, akumulasi pengalaman, pengalaman yang diproyeksikan. Pikiran membutuhkan masa lalu dan kehidupan membutuhkan saat ini. Hidup selalu penuh kebahagiaan - pikiran tidak pernah. Setiap kali engkau membiarkan pikiranmu untuk muncul, penderitaan dimulai.

Saat-saat spontan ini tidak akan terulang lagi, jadi apa yang harus dilakukan? Bagaimana dapat berada dalam keadaan santai terus menerus? Ketiga sutra ini adalah untuk ini. Ini adalah tiga teknik untuk menenangkan pikiran, teknik untuk mengendurkan saraf.

Bagaimana untuk tetap menjadi diri kita yang sejati? Bagaimana untuk tidak bergerak ke menjadi? Ini sangat sulit, sulit, tapi teknik ini dapat membantu. Teknik ini akan melemparkanmu kepada diri sejatimu sendiri.

Teknik pertama: SEMENTARA DALAM BELAIAN, PUTRI YANG MANIS, MASUKI KEHIDUPAN YANG ABADI. Shiva memulai dengan cinta. Teknik pertama adalah tentang cinta, karena cinta adalah hal yang terdekat dalam pengalamanmu di mana engkau dapat santai. Jika engkau tidak dapat mencintai, tidak mungkin bagimu untuk bersantai. Jika engkau dapat bersantai, hidupmu akan menjadi hidup yang penuh cinta.

Seorang pria yang tegang tidak dapat mencintai. Mengapa? Seorang pria yang penuh ketegangan selalu hidup dengan tujuan. Dia bisa mendapatkan uang, tetapi ia tidak bisa mencintai karena cinta tidak memiliki tujuan. Cinta bukan komoditas. Engkau tidak dapat mengakumulasi; engkau tidak dapat membuat saldo bank untuk itu; engkau tidak dapat memperkuat egomu dalam cinta. Sungguh, cinta adalah tindakan yang paling tidak masuk akal, tanpa makna di luar itu, tidak ada tujuan di luar itu. Cinta ada di dalam dirinya sendiri, tidak untuk hal lain.

Engkau mendapatkan uang UNTUK sesuatu - itu adalah sarana. Engkau membangun rumah bagi seseorang untuk hidup disitu, itu adalah sarana. Cinta bukan sarana. Mengapa engkau mencintai? Untuk apa engkau mencintai? Cinta adalah tujuan itu sendiri. Itulah sebabnya pikiran yang kalkulatif, logis, pikiran yang berpikir dalam hal tujuan, tidak dapat mencintai. Dan pikiran yang selalu berpikir dalam hal tujuan akan selalu tegang, karena tujuan hanya dapat dipenuhi di masa depan, tidak pernah berada di sini dan saat ini.

Engkau sedang membangun rumah - engkau tidak dapat hidup di dalamnya sekarang, engkau akan harus membangunnya terlebih dahulu. Engkau dapat hidup di dalamnya di masa depan, tidak sekarang. Engkau mendapatkan uang - saldo bank dinikmati di masa depan, tidak sekarang. Berarti engkau akan harus menggunakan sekarang, dan akan berakhir di masa depan.

Cinta selalu disini; tidak ada masa depan untuk itu. Itulah mengapa cinta begitu dekat dengan meditasi. Itulah mengapa kematian juga sangat dekat dengan meditasi - karena kematian juga selalu disini dan sekarang, tidak pernah bisa terjadi di masa depan. Dapatkah engkau mati di masa depan? engkau hanya hanya dapat mati di masa kini. Tidak ada yang pernah mati di masa depan. Bagaimana engkau dapat mati di masa depan? Atau bagaimana engkau dapat mati di masa lalu? Masa lalu telah berlalu, itu tidak lebih, sehingga engkau tidak dapat mati di dalamnya. Masa depan belum datang, jadi bagaimana engkau dapat mati di dalamnya?

Kematian selalu terjadi di masa sekarang. Kematian, cinta, meditasi - mereka semua terjadi pada saat ini. Jadi jika engkau takut mati, engkau tidak bisa mencintai. Jika engkau takut cinta, engkau tidak bisa bermeditasi. Jika engkau takut meditasi, hidupmu akan sia-sia. Tidak berguna bukan dalam arti tujuan apa pun, tapi tidak berguna dalam arti bahwa engkau tidak akan dapat merasakan kebahagiaan di dalamnya. Itu akan menjadi sia-sia.

Ini mungkin tampak aneh untuk menghubungkan ketiga hal ini: cinta, meditasi, kematian. Tapi tidak begitu! Mereka adalah pengalaman yang serupa. Jadi jika engkau dapat masuk ke dalam salah satunya, engkau dapat masuk ke dalam dua yang lainnya.

Shiva memulai dengan cinta. Dia mengatakan, KETIKA DALAM BELAIAN, PUTRI YANG MANIS, MASUKILAH KEHIDUPAN YANG ABADI. Apa artinya? Banyak hal! Satu: saat engkau sedang dalam cinta masa lalu telah berhenti, masa depan tidak ada. Engkau bergerak dalam dimensi masa kini. Engkau bergerak di SEKARANG. Apakah engkau pernah mencintai seseorang? Jika engkau pernah mencintai, maka engkau tahu bahwa pikiran sudah tidak ada lagi.

Itulah sebabnya mereka yang disebut orang bijak mengatakan bahwa pecinta itu buta, tanpa pikiran, gila. Pada dasarnya apa yang mereka katakan adalah benar. Pecinta ADALAH buta karena mereka tidak memiliki mata untuk masa depan, untuk menghitung apa yang akan mereka lakukan. Mereka buta; mereka tidak dapat melihat masa lalu. Apa yang terjadi dengan para pecinta? Mereka hanya bergerak disini dan sekarang tanpa pertimbangan masa lalu atau masa depan, tanpa pertimbangan konsekuensi. Itulah sebabnya mereka disebut buta. Mereka! Mereka buta bagi mereka yang berhitung, dan mereka melihat bagi mereka yang tidak berhitung. Mereka yang tidak berhitung akan melihat cinta sebagai hal yang nyata, visi yang nyata.

Jadi hal yang pertama: di saat mencintai, masa lalu dan masa depan tidak ada lagi. Kemudian, satu titik penting harus dipahami. Ketika tidak ada masa lalu dan masa depan, dapatkah engkau katakan ini adalah saat ini? Ini adalah hanya yang hadir di antara dua - antara masa lalu dan masa depan. Hal ini relatif. Jika tidak ada masa lalu dan masa depan, apa artinya menyebut saat ini sekarang? Hal ini menjadi tidak berarti. Itulah sebabnya Shiva tidak menggunakan kata 'saat ini'. Dia mengatakan, kehidupan abadi. Itu berarti keabadian ... masuk ke keabadian.

Kita membagi waktu menjadi tiga bagian - masa lalu, saat ini, masa depan. Pembagian itu palsu, benar-benar palsu. Waktu yang benar hanya masa lalu dan masa depan. Saat ini bukan bagian dari waktu. Ini adalah bagian dari keabadian. Yang telah berlalu adalah waktu; yang akan datang adalah waktu. Saat ini, adalah bukan waktu karena itu tidak pernah berlalu - itu selalu di sini. Saat ini adalah selalu di sini. Hal ini SELALU di sini! Saat ini adalah keabadian.

Jika engkau bergerak dari masa lalu, engkau tidak pernah bergerak ke masa kini. Dari masa lalu selalu bergerak ke masa depan; tidak akan menuju saat ini. Dari masa lalu engkau selalu bergerak ke masa depan. Dari saat sekarang engkau tidak pernah bisa bergerak ke masa depan. Dari saat ini engkau akan masuk lebih dalam dan lebih dalam, ke dalam kehadiran saat ini. Ini adalah kehidupan yang kekal.

Kita dapat mengatakan dengan cara ini: dari masa lalu ke masa depan adalah waktu. Dalam waktu engkau bergerak pada garis lurus. Atau kita dapat menyebutnya horisontal. Pada saat engkau berada di saat ini terjadi perubahan dimensi: Engkau bergerak secara vertikal - atas atau bawah, ke arah ketinggian atau ke arah kedalaman. Tapi kemudian engkau tidak pernah bergerak secara horisontal. Seorang Buddha, Shiva, hidup dalam kekekalan, tidak dalam waktu.

Yesus bertanya, "Apa yang akan terjadi di kerajaan Tuhan-mu?" Orang yang bertanya itu tidak bertanya tentang waktu. Dia bertanya tentang apa yang akan terjadi pada keinginannya, tentang bagaimana mereka akan terpenuhi. Dia bertanya apakah akan ada kehidupan abadi atau apakah akan ada kematian; apakah akan ada penderitaan, apakah akan ada orang-orang inferior dan superior. "Apa yang akan terjadi di dalam kerajaan Tuhan-Mu ?" Dia bertanya duniawi ini ketika ia bertanya, Dan Yesus menjawab -

jawabannya adalah seperti jawaban dari seorang biarawan Zen - "Tidak akan ada lagi waktu"

Pria yang menjawab dengan cara ini mungkin tidak mengerti sama sekali: "Tidak akan ada lagi waktu." Hanya satu jawaban ini yang dikatakan Yesus - "Tidak akan ada lagi waktu," karena waktu adalah horizontal dan Kerajaan Tuhan adalah vertikal ... itu adalah kekal. Itu selalu di sini! Engkau hanya perlu menjauh dari waktu untuk masuk ke dalamnya.

Jadi cinta adalah pintu pertama. Melalui itu, engkau dapat menjauh dari waktu. Itulah sebabnya semua orang ingin dicintai, semua orang ingin mencintai. Dan tidak ada yang tahu mengapa begitu banyak signifikansi diberikan untuk mencintai, mengapa ada semacam kerinduan yang mendalam untuk cinta. Dan kecuali engkau tahu itu benar, engkau tidak akan dapat mencintai atau dicintai, karena cinta adalah salah satu fenomena yang paling dalam di bumi ini.

Kita terus berpikir bahwa setiap orang mampu mencintai. Bukan hal ini yang terjadi - itu tidak demikian. Itulah mengapa engkau frustrasi. Cinta adalah dimensi yang berbeda, dan jika engkau mencoba untuk mencintai seseorang maka suatu saat engkau akan kecewa dalam usahamu. Dalam waktu, cinta tidak dimungkinkan.

AKU ingat satu anekdot. Meera jatuh cinta kepada Krishna. Dia adalah seorang ibu rumah tangga - istri pangeran. Pangeran menjadi cemburu terhadap Krishna. Krishna tidak ada; Krishna tidak hadir, Krishna bukanlah tubuh fisik. Ada kesenjangan lima ribu tahun antara keberadaan fisik Krishna dan keberadaan fisik Meera saat ini. Jadi sungguh, bagaimana Meera bisa mencintai Krishna? Jarak waktu yang begitu besar.

Suatu hari pangeran, suaminya, bertanya kepada Meera, "Engkau terus berbicara tentang cintamu, engkau pergi menari dan bernyanyi tentang Krishna, tapi di mana dia? Dengan siapa engkau begitu jatuh cinta? Dengan siapa engkau berbicara terus? "Meera berbicara dengan Krishna, bernyanyi, tertawa, berkelahi. Dia seperti sudah gila - dia, di mata kita. Pangeran berkata, "Apakah engkau sudah gila? Dimana Krishna mu? Siapa yang engkau cintai? Dengan siapa engkau berbicara? Aku di sini, dan engkau telah benar-benar melupakan aku."

Meera mengatakan, "Krishna di sini - engkau tidak di sini - karena Krishna adalah kekal; engkau tidak. Dia akan selalu berada di sini, dia selalu disini, dia disini. Engkau tidak akan berada di sini, engkau tidak disini. Engkau tidak di sini suatu hari nanti, engkau tidak akan berada di sini di hari lain, jadi bagaimana aku bisa percaya bahwa di antara dua non-keberadaan ini engkau berada disini? Bagaimana sebuah keberadaan mungkin berada di antara dua non-keberadaan? "

Pangeran ada di dalam waktu, tetapi Krishna ada di dalam keabadian. Jadi engkau dapat berada dekat dengan sang pangeran, tapi jarak tidak dapat dimusnahkan. Engkau akan tetap jauh. Engkau mungkin sangat, sangat jauh dalam waktu dari Krishna, tetapi engkau bisa menjadi dekat. Bagaimanapun, Ini adalah dimensi yang berbeda.

Aku melihat di depanku ada dinding; Aku menggerakkan mataku dan ada langit. Ketika engkau melihat di dalam waktu selalu ada dinding. Ketika engkau melihat ke luar ruang dan waktu akan ada langit terbuka ... tak terbatas. Cinta membuka yang tak terbatas, keberadaan yang abadi. Jadi sungguh, jika engkau pernah mencintai, cinta dapat menjadi sebuah teknik meditasi. Ini adalah tekniknya: KETIKA MENCINTAI, PUTRI YANG MANIS, MASUKILAH CINTA SEBAGAI HIDUP YANG ABADI.

Jangan hanya menjadi kekasih yang berdiri menyendiri, di luar. Jadilah penuh cinta dan bergerak lah ke keabadian. Ketika engkau mencintai seseorang, apakah engkau akan berada disana sebagai seorang kekasih? Jika engkau masih berada di sana, maka engkau masih berada dalam waktu dan cintamu hanya palsu, hanya cinta yang semu. Jika engkau masih ada dan engkau masih dapat mengatakan, "Aku," maka engkau mungkin dapat dekat secara fisik tetapi secara spiritual engkau adalah dua kutub terpisah.

Ketika berada di dalam cinta, Engkau harus menjadi tiada - hanya cinta, hanya mencintai. Menjadi cinta itu sendiri. Ketika membelai kekasihmu jadilah belaian itu sendiri. Saat mencium, jangan menjadi pencium atau yang dicium - jadilah ciuman itu sendiri. Lupakan ego sepenuhnya, larutkan ke dalam tindakan. Bergeraklan ke dalam tindakanmu lebih dalam sehingga sang aktor (yang bertindak) menjadi tiada lagi. Dan jika engkau tidak dapat bergerak ke dalam cinta, sulit untuk dapat berpindah ke makan atau berjalan - sangat sulit, karena cinta adalah pendekatan yang paling mudah untuk melarutkan ego. Itulah sebabnya orang-orang yang egois tidak dapat mencintai.

Mereka mungkin berbicara tentang hal itu, mereka mungkin bernyanyi tentang hal itu, mereka dapat menulis tentang hal itu, tetapi mereka tidak dapat mencintai. ego tidak dapat mencintai!

Shiva mengatakan, jadilah penuh cinta. Ketika engkau berada di pelukan, jadilah pelukan itu sendiri, menjadi ciuman itu sendiri. Lupakan dirimu sepenuhnya sehingga engkau dapat benar-benar mengatakan, "Aku tiada lagi. Hanya cinta yang ada." Kemudian jantung tidak akan berdetak tapi cinta yang berdetak. Maka darah tidak ber-sirkulasi, tetapi cinta yang ber-sirkulasi. Dan mata tidak melihat, tapi cinta yang melihat. Kemudian tangan tidak bergerak untuk menyentuh, tetapi cinta yang bergerak untuk menyentuh.

Jadilah cinta dan masuki kehidupan yang abadi. Cinta akan secara tiba-tiba merubah dimensi-mu. Engkau dilempar keluar dari waktu dan engkau kini mengalami keabadian. Cinta dapat menjadi sebuah meditasi yang mendalam - yang terdalam yang dimungkinkan. Pecinta telah mengetahui terlebih dahulu apa yang bahkan belum diketahui oleh orang-orang suci. Dan para pecinta telah menyentuh pusat dimana para yogi mungkin telah melewatkannya. Tapi itu hanya akan menjadi sebuah kilasan kecuali engkau men-transformasi-kan cintamu kedalam meditasi. Tantra berarti: men-transformasi-kan cinta ke dalam meditasi. Dan sekarang engkau dapat mengerti mengapa tantra berbicara begitu banyak tentang cinta dan seks. Mengapa? Karena cinta adalah pintu alami termudah dari mana engkau dapat melampaui dunia ini, dimensi horizontal ini.

Lihatlah Shiva dengan permasuri-Nya, Devi. Lihat mereka! Mereka tidak tampak sebagai yang dua - mereka adalah satu. Kesatuan yang begitu mendalam sehingga bahkan telah menjadi sebuah simbol. Kita semua telah melihat Shivalinga. Ini adalah simbol phallic - organ seks Shiva - tapi itu tidak sendirian, hal itu didasarkan pada vagina Devi. Hindu di masa lalu sangat berani. Sekarang ketika engkau melihat Shivalinga engkau tidak pernah ingat bahwa itu adalah simbol phallic. Kita telah melupakan; kita telah mencoba untuk melupakannya sepenuhnya.

Jung mengingat dalam otobiografinya, dalam memoarnya, insiden yang sangat indah dan lucu. Dia datang ke India dan pergi untuk melihat Konark, dan di kuil Konark terdapat banyak Shivalinga, banyak simbol phallic. Cendekiawan yang membawanya sekitar menjelaskan semuanya kepadanya kecuali Shivalinga. Dan karena mereka begitu banyak, maka sulit untuk melarikan diri ini darinya. Jung sangat memahaminya, tetapi hanya untuk menggoda cendekiawan tersebut ia melanjutkan bertanya, "Tapi apakah ini?" Dan

cendekiawan itu lalu mengatakan ke telinganya, di telinga Jung, "Jangan bertanya kepadaku disini, aku akan memberitahukan kepadamu setelah ini. Ini adalah hal yang pribadi. "

Jung pasti tertawa di dalam hati- ini adalah Hindu hari ini. Kemudian di luar kuil cendekiawan tadi datang dan mendekatinya lalu berkata, "Itu tidak baik jika engkau bertanya di depan orang lain. Aku akan memberitahumu sekarang. Itu adalah rahasia. "Dan sekali lagi di telinga Jung ia berkata," Mereka itu adalah bagian pribadi dari tubuh kita. "

Ketika Jung kembali, ia bertemu salah satu sarjana besar - seorang sarjana di bidang oriental, mitologi, filsafat - Heinrich Zimmer. Dia menceritakan anekdot tentang Zimmer ini. Zimmer adalah salah satu pemikir yang paling berbakat yang pernah mencoba menembus pikiran India dan dia adalah seorang pecinta India dan cara berpikrinya - seperti oriental non-logis, pendekatan mistis terhadap kehidupan. Ketika ia mendengar ini dari Jung, dia tertawa dan berkata, "Ini bagus untuk perubahan. Aku selalu mendengar tentang orang-orang India yang besar - Buddha, Krishna, Mahavir. Apa yang engkau katakan itu bukan sesuatu tentang orang India yang besar, tapi tentang orang India pada umumnya. "

Cinta untuk Shiva adalah pintu masuk yang besar. Dan baginya seks bukan sesuatu yang harus dikutuk. Baginya seks adalah benih dan cinta adalah bunga dari itu, dan jika engkau mengutuk benih engkau berarti juga mengutuk bunga. Seks bisa menjadi cinta. Jika itu tidak pernah menjadi cinta maka itu lumpuh. Kutuklah kelumpuhan itu, bukan seks. Cinta harus berbunga, seks harus menjadi cinta. Jika tidak menjadi itu bukan kesalahan seks, itu adalah kesalahanmu.

Seks tidak harus menjadi tetap seks; itu adalah ajaran tantra. Ini harus di-transformasi-kan menjadi cinta. Dan cinta juga tidak harus tetap menjadi cinta. Ini harus di-transformasi-kan menjadi cahaya, menjadi pengalaman meditasi, menjadi yang terakhir, puncak mistik tertinggi. Bagaimana men-transformasi-kan cinta? Jadilah tindakan dan lupakan aktor (pelaku) nya. Ketika mencintai, jadilah cinta - hanya cinta. Maka itu bukan cintamu atau cintaku atau cinta orang lain - itu hanya CINTA. Bila engkau disana, ketika engkau berada di tangan sang sumber utama, atau saat ini, ketika engkau sedang jatuh cinta, itu bukanlah engkau yang jatuh cinta. Ketika cinta telah menelanmu, maka engkau lenyap; engkau telah menjadi sebuah aliran energi.

D. H. Lawrence, salah satu pemikir yang paling kreatif di era ini, adalah seorang tantra adept baik secara sadar ataupun tidak. Di barat ia benar-benar dikutuk, buku-bukunya dilarang. Ada banyak kasusnya di pengadilan hanya karena ia telah mengatakan, "Energi seks adalah satu-satunya energi, dan jika engkau mengutuknya dan menekannya maka engkau menentang alam semesta. Maka engkau tidak akan pernah mampu mengetahui bahwa energy sex dapat berbunga menjadi lebih tinggi. Dan ketika ditekan ia menjadi buruk - ini adalah lingkaran setan ".

Para imam, moralis, yang disebut sebagai orang-orang religius - paus, shankaracharyas dan lain-lain - mereka kerap mengutuk seks. Mereka mengatakan bahwa ini adalah hal yang buruk. Dan ketika engkau menekannya, ia menjadi buruk. Jadi mereka mengatakan, "Lihatlah! Apa yang kita katakan adalah benar. Hal ini telah dibuktikan juga olehmu. Lihatlah! Apapun yang engkau lakukan adalah buruk dan engkau tahu itu buruk. "

Tapi itu bukan seks yang buruk, itu adalah para imam ini yang telah membuatnya menjadi buruk. Begitu mereka telah membuatnya buruk maka mereka menjadi terbukti benar

begitu. Dan ketika mereka terbukti benar engkau terus membuatnya menjadi lebih dan lebih buruk.

Seks adalah energi yang polos dan murni - kehidupan yang mengalir di dalam dirimu, keberadaanyang hidup di dalam dirimu. Jangan melumpuhkan itu! Ijinkan ia untuk bergerak ke arah yang lebih tinggi. Artinya, seks harus menjadi cinta. Apa bedanya? Ketika pikiranmu seksual engkau saling mengeksploitasi satu sama lainnya; yang lain adalah hanya sebuah alat yang akan digunakan dan dibuang. Ketika seks menjadi cinta yang lain bukan merupakan instrumen, yang lain tidak dimanfaatkan; yang lain adalah bukan benar-benar lain. Ketika engkau mencintai, itu tidak egois. Sebaliknya, yang lain menjadi signifikan, bermakna, unik.

Ini tidak berarti bahwa engkau mengeksploitasi-nya - tidak! Sebaliknya, engkau berdua menyatu dalam pengalaman yang mendalam. Engkau adalah mitra dari pengalaman yang mendalam, tidak mengeksploitasi dan dieksploitasi. Engkau membantu satu sama lain untuk pindah ke dunia yang berbeda dari cinta. Seks adalah eksploitasi. Cinta adalah bergerak bersama-sama ke dunia yang berbeda.

Jika pergerakan ini bukan hanya sesaat dan jika pergerakan ini menjadi meditatif - yaitu, jika engkau dapat melupakan dirimu sepenuhnya kemudian pecinta dan sang kekasih lenyap, dan hanya ada cinta yang mengalir - maka, kata Shiva, kedhidupan yang kekal adalah milikmu.

**KEMUDIAN, HENTIKAN PINTU DARI INDRA-INDRA SAAT MERASAKAN SEMUT YANG MERAYAP.**

**STOP THE DOORS OF THE SENSES WHEN FEELING THE CREEPING OF AN ANT. THEN.**

Ini terlihat sangat sederhana, tapi tidak sesederhana itu. Aku akan membacanya lagi: **HENTIKAN PINTU DARI INDERA-INDERA SAAT MERASAKAN SEMUT YANG MERAYAP.** Ini hanya contoh; apa pun akan dilakukan. **KEMUDIAN, HENTIKAN PINTU DARI INDERA-INDERA SAAT MERASAKAN SEMUT YANG MERAYAP** dan kemudian - **LALU** - sesuatu akan terjadi. Apa yang dimaksud Shiva?

Engkau memiliki duri di kakimu - itu menyakitkan, engkau menderita. Atau seekor semut yang merayap di kakimu. Engkau merasa ada yang merayap dan tiba-tiba engkau ingin itu dibuang. Ambil contoh pengalaman apapun! Engkau memiliki luka - itu menyakitkan. Engkau memiliki sakit kepala, atau sakit di tubuh. Apapun dapat dibuat sebagai objek. Ini hanya contoh - **SEMUT YANG MERAYAP.** Shiva mengatakan: **HENTIKAN PINTU DARI INDERA-INDERA SAAT MERASAKAN SEMUT YANG MERAYAP.** Apapun yang engkau rasakan, hentikan semua pintu indera-indera.

Apa yang harus dilakukan? Tutup matamu dan berpikirlah bahwa engkau buta dan tidak dapat melihat. Tutup telingamu dan berpikirlah bahwa engkau tidak dapat mendengar. Dengan semua panca indera, hanya tutup lah mereka. Bagaimana engkau dapat menutup mereka? Ini mudah. Berhenti bernapas untuk sesaat: semua indramu akan tertutup. Ketika nafas telah berhenti dan semua indera ditutup, di mana yang merayap? Dimana semut? Tiba-tiba engkau dihapuskan - menjauh.

Salah satu temanku, seorang teman lama, sudah sangat tua umurnya, jatuh saat menuruni tangga, dan dokter mengatakan bahwa sekarang dia tidak dapat bergerak dari tempat tidurnya selama tiga bulan, ia harus beristirahat selama tiga bulan. Dan dia adalah orang yang sangat gelisah; itu sulit baginya. Aku pergi untuk melihatnya, lalu ia berkata, "Berdoalah untukku dan berkati aku agar aku dapat mati, karena tiga bulan ini lebih dari kematian. Aku tidak bisa tetap seperti batu. Dan yang orang lain katakan hanyalah, 'Jangan bergerak.'"

Aku mengatakan kepadanya, "Ini adalah kesempatan yang baik. Coba tutup matamu dan berpikirlah bahwa engkau hanya batu, engkau tidak dapat bergerak. Bagaimana engkau dapat bergerak? Engkau adalah batu - hanya batu, patung. Tutup matamu. Rasakan bahwa engkau sekarang batu, patung. "Dia bertanya apa yang akan terjadi. Aku mengatakan kepadanya, "Coba saja. Aku duduk di sini, dan tidak ada yang dapat dilakukan. Tidak ada yang dapat dilakukan! Engkau harus berada di sini selama tiga bulan bagaimanapun, jadi coba saja. "

Dia tidak akan pernah mau mencoba, tapi situasinya sangat tidak memungkinkan dan ia berkata, "Oke! Aku akan mencoba karena sesuatu mungkin terjadi. Tapi aku tidak percaya," katanya. "Aku tidak percaya bahwa sesuatu dapat terjadi hanya dengan berpikir bahwa aku seperti-batu, mati seperti patung, tapi aku akan mencoba." Jadi dia mencobanya.

Aku juga tidak berpikir bahwa sesuatu akan terjadi, karena keadaan pria tersebut. Tapi kadang-kadang ketika engkau berada dalam situasi sulit, tanpa harapan, suatu hal mulai terjadi. Dia menutup matanya. Aku menunggu, karena aku berpikir bahwa dalam dua atau tiga menit ia akan membukanya dan dia akan mengatakan, "tidak terjadi apa-apa." Tapi dia tidak membuka matanya, dan tiga puluh menit berlalu. Aku bisa merasakan dan melihat bahwa ia telah menjadi patung. Semua ketegangan di dahinya menghilang. Wajahnya berubah.

Aku harus pergi, tapi dia tidak akan membuka matanya. Dan ia begitu hening, seolah mati. napasnya tenang, dan karena aku harus pergi, aku harus berkata kepadanya, "Aku hendak pergi sekarang, jadi silahkan buka matamu dan ceritakan apa yang telah terjadi."

Dia membuka matanya seperti seorang pria yang berbeda. Dan dia berkata, "Ini adalah sebuah keajaiban. Apa yang telah kau lakukan padaku?"

Aku mengatakan kepadanya, "Aku tidak melakukan apa-apa."

Ia mengatakan, "Engkau pasti telah melakukan sesuatu karena ini adalah sebuah keajaiban. Ketika aku mulai berpikir bahwa aku seperti batu, seperti patung, tiba-tiba perasaan itu datang kepadaku dan bahkan ketika aku akan memindahkan tanganku itu tidak mungkin untuk melakukannya. Beberapa kali aku ingin membuka mataku, tapi mereka seperti batu dan aku tidak dapat membuka mereka. "

Dia berkata, "Aku bahkan menjadi khawatir tentang apa yang engkau akan pikirkan, karena itu begitu lama, tapi apa yang dapat aku lakukan? Aku tidak dapat menggerakkan diriku untuk tiga puluh menit. Dan ketika setiap gerakan berhenti, tiba-tiba dunia menghilang dan aku sendirian, jauh di dalam diriku, diri sejitaku. Maka rasa sakit menghilang. "

Ada rasa sakit yang parah; dia tidak bisa tidur di malam hari tanpa obat penenang. Tapi rasa sakit itu menghilang. Aku bertanya bagaimana perasaannya ketika rasa sakit itu menghilang. Dia mengatakan, "Pertama aku mulai merasa bahwa itu berada di suatu tempat yang jauh. Rasa sakit itu ada, tapi sangat jauh seakan terjadi pada orang lain. Dan kemudian semakin menjauh dan menjauh, seperti ketika seseorang telah pergi dan pergi dan engkau tidak dapat melihatnya, itu menghilang. Rasa sakit menghilang! Selama sedikitnya sepuluh menit, rasa sakit itu tidak ada lagi. Bagaimana mungkin tubuh batu memiliki rasa sakit? "

Sutra ini mengatakan, TUTUP PINTU DARI INDERA-INDEREA. Jadilah seperti-batu, tertutup untuk dunia. Ketika engkau benar-benar tertutup untuk dunia, engkau tertutup untuk tubuhmu sendiri juga, karena tubuh bukan bagian dari dirimu; itu adalah bagian dari dunia. Ketika engkau tertutup sepenuhnya kepada dunia, engkau tertutup untuk tubuhmu sendiri juga. Kemudian, Siwa mengatakan, maka hal itu akan terjadi.

Jadi, cobalah teknik ini pada tubuh. Segala sesuatu dapat digunakan, engkau tidak memerlukan beberapa ekor semut merayapimu. Jika tidak begitu engkau akan berfikir, "kapan ada semut yang merayap di tubuhku, aku mau meditasi." Dan semut yang seperti itu, yang bisa membantumu untuk meditasi susah untuk didapatkan, jadi, segala sesuatu dapat digunakan. Engkau terbaring di tempat tidurmu, rasakan kesejukan dari kain sprai tempat tidur, dan jadi lah mati. Tiba-tiba sprai akan menjauh, menjauh, menjauh dan lenyap. Tempat tidurmu akan mengilang, ruang tidurmu pun lenyap, seluruh alam semesta lenyap. Engkau ditutup, mati, seperti seongkah batu, seperti monad Leibnizian yang tanpa jendela untuk menengok ke luar, tanpa jendela. Engkau tidak dapat bergerak.

Dan lalu, ketika engkau tidak dapat bergerak, engkau dilemparkan kembali ke dirimu sendiri, terpusat di dirimu sendiri. Lalu, untuk pertama kalinya engkau dapat melihat dari pusatmu. Dan begitu engkau dapat melihat dari pusatmu engkau bukanlah orang yang sama lagi.

Teknik ke tiga: KETIKA DI ATAS TEMPAT TIDUR ATAU DI ATAS TEMPAT DUDUK, BIARKAN DIRIMU MENJADI TANPA BERAT (MENJADI RINGAN), MELAMPAUI PIKIRAN. Engkau duduk di sini. Rasakan saja bahwa engkau menjadi tidak memiliki berat, menjadi ringan. Akan datang satu momen ketika engkau merasa ringan, tanpa berat. Ketika tanpa berat engkau bukan lagi badan, karena berat adalah milik badan, bukan milikmu. Engkau adalah tanpa berat (tanpa massa benda).

Itu kenapa ada sangat banyak percobaan yang telah dilakukan. Seseorang sedang sekarat, menjemput ajalnya, lalu banyak para ilmuwan mencoba untuk menimbang orang itu. Jika ada perbedaan sedikit saja, jika orang itu masih hidup beratnya akan lebih banyak, dan jika seseorang itu meninggal beratnya berkurang, lalu para ilmuwan dapat mengatakan bahwa sesuatu telah berpindah dari badan, bahwa jiwa atau diri atau sesuatu yang mulanya disitu tetapi tidak ada lagi, bagi para ilmuwan tidak ada yang tanpa berat (massa), tidak ada.

Berat adalah hal mendasar pada semua unsur materi. Bahkan sinar matahari memiliki berat. Sangat-sangat sedikit, kecil, dan susah untuk diukur, tetapi para ilmuwan telah menimbanginya. Jika engkau dapat mengumpulkan semua sinar matahari pada 5 mil persegi di atas tanah, maka beratnya akan sama dengan sehelai rambut. Tetapi sinar matahari benar-benar memiliki berat. Bagi ilmu pengetahuan tidak ada yang tidak tanpa berat. Jika sesuatu itu tidak memiliki berat maka itu adalah sesuatu yang bukan materi, hal yang tidak memiliki berat itu pastilah bukan unsur materi. Dan ilmu pengetahuan telah

mempercayai selama dua puluh abad atau dua puluh lima abad ini bahwa tidak ada sesuatu yang lain kecuali materi.

Jadi menurut para ilmuwan ketika seseorang meninggal, jika sesuatu meninggalkan badannya maka beratnya pasti berbeda (menjadi lebih ringan). Tetapi beratnya tidak pernah berbeda, beratnya tetap sama. Terkadang malah menjadi lebih berat, inilah masalahnya. Orang yang hidup beratnya lebih ringan, yang sudah meninggal beratnya lebih besar. Hal ini menciptakan satu masalah, karena para ilmuwan mencoba menemukan jika ada berat yang berkurang, maka mereka dapat mengatakan ada sesuatu yang meninggalkan tubuh. Tetapi yang terjadi justru kebalikannya. Apa yang terjadi? Berat adalah bersifat material, tetapi engkau bukanlah berat. Engkau bukanlah bersifat materi.

Jika engkau mencoba teknik yang menjadi tanpa berat ini, engkau harus meyakinkan dirimu bahwa dirimu adalah tanpa berat, dan tidak hanya sekedar meyakinkan tetapi merasakan bahwa badanmu menjadi tanpa berat. Jika engkau terus merasa, merasa dan merasakan, akan ada satu momen dimana engkau tiba-tiba menyadari bahwa engkau tanpa berat. Engkau sesungguhnya sudah tanpa berat, sehingga engkau dapat menyadarinya kapan saja. Engkau hanya perlu menciptakan situasi di mana engkau dapat menyadari kembali bahwa engkau adalah tanpa berat.

Engkau harus me-dehipnotis (kebalikan dari hipnotis, menjadi sadar) dirimu. Keyakinanmu bahwa engkau adalah badan adalah hipnotis dan itu kenapa engkau merasakan berat. Jika engkau me-dehipnotis dirimu dan menyadari bahwa engkau bukanlah badan, engkau tidak akan merasakan berat. Dan ketika engkau tidak merasakan berat engkau melampaui pikiran. Siwa mengatakan: KETIKA DI ATAS TEMPAT TIDUR ATAU DI ATAS TEMPAT DUDUK, BIARKAN DIRIMU MENJADI TANPA BERAT (MENJADI RINGAN), MELAMPAUI PIKIRAN. Lalu segala sesuatunya terjadi. Pikiran juga memiliki berat, pikiran setiap orang memiliki berat yang berbeda-beda.

Pada suatu ketika ada sebuah proposal yang mengajukan bahwa semakin berat pikiran, semakin cerdas. Secara umum itu benar, tetapi tidak mutlak, karena terkadang orang yang hebat memiliki pikiran yang kecil, dan terkadang orang bodoh yang goblok memiliki berat pikiran yang lebih besar. Tetapi secara umum itu benar, karena ketika engkau memiliki mekanisme pikiran yang lebih besar, pikiran memiliki berat yang lebih besar. Pikiran juga adalah berat, tetapi kesadaranmu adalah tanpa berat. Untuk merasakan kesadaran ini, engkau harus merasakan ke-tanpa berat-an ini. Jadi cobalah: berjalan, duduk, tidur, engkau dapat mencobanya.

Beberapa pengamatan... Mengapa tubuh yang mati terkadang menjadi lebih berat? Karena begitu kesadaran meninggalkan badan, tubuh menjadi tidak terlindungi. Banyak hal dapat memasukinya sesegera itu. Hal-hal tersebut tidak dapat masuk karena adanya dirimu. Ada banyak getaran yang dapat memasuki tubuh yang sudah mati, tetapi getaran-getaran itu tidak dapat memasukimu. Engkau ada disitu, dan tubuh menjadi hidup, tubuh dapat menangkai banyak hal. Itu kenapa begitu engkau sakit akan menjadi berlarut-larut; satu penyakit, lalu datang penyakit yang lain, lalu datang lagi penyakit yang lain, ini karena begitu engkau sakit engkau menjadi tidak terlindungi, rapuh, dan tidak kebal. Lalu apa saja dapat memasukimu. Kehadiranmu melindungi tubuhmu. Oleh karena itu lah terkadang tubuh yang mati menjadi lebih berat. Ketika engkau meninggalkan tubuh, apa pun dapat masuk ke tubuhmu.

Yang kedua, ketika engkau bahagia engkau selalu merasa tanpa berat, ketika engkau sedih engkau merasa lebih berat, seolah-olah ada sesuatu yang menarikmu ke bawah.

Gravitasi menjadi lebih besar. Ketika engkau sedih engkau menjadi lebih berat, ketika engkau bahagia engkau menjadi lebih ringan. engkau merasakannya. Mengapa? Ketika engkau bahagia, kapan pun engkau mengalami momen bahagia, engkau sepenuhnya melupakan tubuh. Ketika engkau sedih, menderita, engkau tidak dapat melupakan tubuh, engkau merasakan beratnya. Ini menarikmu ke bawah, ke bumi, seolah-olah engkau mengakar. Lalu engkau tidak dapat bergerak, karena engkau memiliki akar di bumi. Dalam kebahagiaan engkau tanpa berat. Dalam kesedihan, dalam ratapan, engkau menjadi berat.

Dalam meditasi yang mendalam, ketika engkau sepenuhnya melupakan tubuh, engkau dapat mengambang. Bahkan tubuh dapat naik bersamamu. Ini sering terjadi. Para ilmuwan mengamati seorang wanita di Bolivia. Sembari meditasi ia mengambang setinggi empat kaki, dan sekarang hal ini telah diamati secara ilmiah, banyak video yang diambil, banyak foto yang diambil. Dihadapan ribuan dan ribuan pengamat tiba-tiba si wanita tersebut mengambang dan gravitasi menjadi nol, tidak berkerja. Tidak ada penjelasan mengenai apa yang terjadi, tetapi perempuan itu tidak dapat mengambang ketika tidak bermeditasi. Dan jika meditasinya diganggu, tiba-tia ia terjatuh.

Apa yang terjadi? Di meditasi yang mendalam engkau sepenuhnya lupa dengan tubuh, dan identifikasi (mengira bahwa kita adalah tubuh) dengan tubuh dihancurkan. Tubuh adalah hal yang sangat kecil, dan engkau sangat besar, engkau memiliki kekuatan yang tidak terbatas. Tubuh tidak memiliki apa-apa jika dibandingkan dengan dirimu.

Ini seperti seorang maharaja yang teridentifikasi dengan seorang budaknya, lalu ketika seorang budak itu pergi mengemis, sang maharaja pergi mengemis. Lalu ketika budak itu menangis, sang maharaja juga menangis. Ketika si budak mengatakan "aku bukan siapa-siapa" sang maharaja juga mengatakan "aku bukan siapa-siapa." Begitu sang maharaja menyadari dirinya, begitu ia menyadari dirinya adalah seorang maharaja dan lelaki yang di sebelahnya hanyalah seorang budak, segala sesuatu akan berubah.

Engkau adalah kekuatan yang tidak terbatas yang teridentifikasi dengan badan yang sangat terbatas. Begitu engkau menyadari dirimu, maka keadaan yang tanpa-berat akan terus bertambah, dan berat badanmu akan semakin berkurang. Lalu engkau dapat mengambang, tubuh dapat naik ke atas.

Ada banyak cerita yang belum dapat dibuktikan secara ilmiah, tetapi segera akan dapat dibuktikan. Karena jika seorang wanita dapat mengambang setinggi empat kaki, tentu tidak ada hambatan. Seseorang yang lain dapat mengambang sampai ribuan kaki, seseorang yang lain dapat pergi menuju ruang angkasa. Secara teori tidak ada masalah: empat kaki, empat ratus kaki, atau empat ribu kaki tidak ada bedanya.

Ada banyak cerita mengenai Shri Rama dan mengenai yang lainnya yang sepenuhnya lenyap dengan tubuh mereka. Tubuh mereka tidak pernah ditemukan mati di bumi. Muhamad sepenuhnya menghilang, tidak hanya dengan tubuhnya, tapi dikatakan dengan kudanya juga. Cerita-cerita ini terlihat mustahil, seperti mitos, tetapi itu tidaklah penting.

Sekali engkau mengetahui kekuatan yang 'tanpa berat' ini, engkau telah menjadi tuan bagi gravitasi. Engkau dapat menggunakannya. Engkau dapat lenyap sepenuhnya dengan tubuhmu.

Tetapi bagi kita keadaan yang tanpa berat ini akan menjadi sebuah masalah. Teknik SIDDHASANA, cara duduk sang Buddha, adalah cara yang terbaik untuk menjadi tanpa

berat. Duduk di tanah, di lantai, bukan di atas kursi atau di atas apa pun, tapi sekedar di lantai. Dan bagusnya adalah jika lantainya bukan semen atau lantai buatan lainnya. Duduklah di tanah sehingga engkau begitu dekat dengan alam. Dan bagus jika engkau bisa duduk telanjang. Duduk telanjang dalam postur sang Buddha, Siddhasana, karena siddhasana adalah posture terbaik untuk menjadi tanpa berat. Kenapa? Karena engkau akan merasakan berat lebih banyak jika tubuhmu agak mirik kesini atau kesana. Sehingga tubuhmu memiliki lebih banyak area yang dipengaruhi gravitasi. Jika aku duduk di atas kursi ini maka area yang lebih besar dari tubuhku dipengaruhi oleh gravitasi.

Duduk dalam posisi sang Buddha, terkunci, kedua betismu terkunci, tanganmu terkunci, juga membantu, karena listrik di dalam dirimu menjadi sirkuit. Biarkan tulang punggungmu lurus.

Sitting in a Buddha posture, locked – your legs are locked, your hands are locked – also helps, because then your inner electricity becomes a circuit. Let your spine be straight.

Sekarang engkau dapat memahami kenapa punggung yang lurus sangat ditekankan, karena dengan tulang punggung yang lurus semakin sedikit area yang dipengaruhi oleh gravitasi. Dengan mata tertutup, seimbangkan dirimu sepenuhnya, pusatkan dirimu. Miring ke kanan dan rasakan gravitasinya, miring ke kiri rasakan gravitasinya, miring ke depan rasakan gravitasinya, miring ke belakang rasakan gravitasinya. Lalu temukan pusat di mana tarikan gravitasi paling sedikit di rasakan, dan tetaplah disitu. Lalu lupakan tubuh dan rasakan bahwa engkau bukanlah berat, engkau adalah tanpa berat. Dan teruslah merasakan ke-tanpa berat-an ini. Tiba-tiba engkau akan merasa tanpa berat, tiba-tiba engkau bukanlah badan, tiba-tiba engkau berada di dunia lain yang tanpa berat badan.

Tanpa berat adalah tanpa badan. Dengan begitu engkau juga melampaui pikiran. Pikiran juga adalah tubuh, bagian dari materi. Materi mempunyai berat, engkau tidak memiliki berat. Inilah dasar dari tehnik ini.

Cobalah beberapa tehnik, tetapi tetap lakukan dalam beberapa hari sehingga engkau dapat merasakan apakah tehnik ini berkerja dan bermanfaat untukmu atau tidak. Cukup untuk hari ini.

---

"OSHO adalah mistikus agung, salah satu dari mereka yang mekar dari kecerdasan yang unik, manusia langka yang mengekspresikan dirinya dengan sukacita."

- Paul Reps, penulis Zen Flesh, Zen Bones